VÅRA FÖDOÄMNEN
I
FYSIOLOGISKT, HYGIENISKT OCH EKONOMISKT HÄNSEENDE.

EN DIETETIK
FÖR
FRISKA OCH SJUKA

AF
JUSTUS.

'Simplex veri sigillum.'
(Enkelhet är sanningens insegel.)

STOCKHOLM,
R. BLAEDEL & Co,
(G. CHELIUS.)

STOCKHOLM, TRYCKT I CENTRAL-TRYCKERIET, 1891.

TÄNKANDE
MÄN OCH QVINNOR
TILLEGNAD.

Motto: *Man behöfver ej vara tråkig derföre*
att man är allvarsam.
Legouvé.

En tysk, af författaren bearbetad upplaga
är under tryckning och utkommer inom kort å
A. Zimmers i Stuttgart förlag.

Förord till den elektroniska utgåvan

Denna lilla bok med sin långa innehållsförteckning digitaliserades i april 2012. Projekt Runeberg tar givetvis inget ansvar för de medicinska och kostråd som ges i texten. Vid sjukdom, uppsök läkare.